

Reconociendo nuestras emociones

“Bailar: la mayor inteligencia en el cuerpo más libre”
(Isadora Duncan)

PARA NIÑOS
Y NIÑAS

1, 2, 3... ¿Qué emoción es?



Reconociendo nuestras emociones

1, 2, 3... ¿Qué emoción es?



¿CÓMO LO HACEMOS?



Objetivo:

Promover el reconocimiento de emociones a través de la observación de expresiones de la cara y del cuerpo.



Materiales:

Música.



Pasos a seguir:

- Seleccione distintos estilos musicales (ópera, bailable, romántica, clásica); hagan una ronda, invite a todos los que están en cuarentena en su hogar. A medida que escuchan la música, la idea es que cuenten qué emoción le provoca esa música, y que la expresen corporalmente. Las emociones que se proponen reconocer son alegría, rabia, sorpresa, tristeza y miedo, entre otras.
- Hablen respecto de las emociones que sintieron y cómo se dieron cuenta de las emociones de otros.

Cierre



- Pregúntele al niño o niña si le gustó la actividad y destaque la idea de que las emociones son muy importantes en la vida de todas las personas.